

Este mes he buscado por internet artículos relacionados sobre la necesidad del contacto físico de los niños (caricias, besos, abrazos)

Os he copiado dos, y de cada uno está la página web de la que los he extraído.

En el segundo artículo, contrapone el “método Estivill”, del que seguro habéis oído hablar



con la teoría de Carlos González en su libro “ Bésame mucho”



Espero que os guste y sea de vuestro interés.

ARTÍCULO 1

La importancia de las caricias en los bebés

Artículo extraído de la web. <http://www.crecerfeliz.es>

Para tu bebé, que le acaricies es tan esencial como que le des de comer. Y es que el contacto piel a piel contigo le alimenta física y emocionalmente. Descubrir por qué te resultará apasionante.

Silvia Cándano Asesora: Susana Martínez, psicóloga



No reprimas ese instinto natural que te impulsa a coger, abrazar y besar a tu pequeño. Mímalo tanto como te apetezca, sin miedo a malacostumbrarlo por ello, ya que este riesgo no existe hasta después del primer año.

Ten la seguridad de que este contacto piel a piel **creará una relación muy íntima entre vosotros** (de ahí la importancia de que su padre también le arrulle y le bese) y potenciará su desarrollo físico, emocional y mental.

le hacen crecer y le dan seguridad

Acariciar y besar a tu pequeño es un impulso muy saludable para los dos.

Para ti, porque al exteriorizar estas muestras de cariño, refuerzas más tu instinto maternal (o paternal), lo que te ayudará a asimilar mejor el cambio tan grande que ha dado tu vida y te permitirá gozar de una maternidad (o paternidad) más enriquecedora. Y para tu hijo, porque recibir estos contactos le ayuda a sentirse más a gusto en su nuevo ambiente y aumenta su confianza en ti.

A su vez, esta agradable sensación de sentirse querido le relaja y facilita el funcionamiento de sus sistemas digestivo e intestinal, lo que se traduce en un mayor crecimiento.

También se sabe que el contacto piel a piel refuerza las defensas inmunológicas. Es comprensible, pues la serenidad y la confianza internas que

producen las caricias hacen que el [niño](#) esté más fuerte para superar cualquier dolencia.

Se sabe, por ejemplo, que si para todos los niños es importante el contacto físico, **para los prematuros resulta vital**. Y es que los [bebés](#) prematuros que son acariciados por sus padres con frecuencia, aún en la incubadora, ganan peso con más rapidez que los niños en la misma situación que no disfrutan de estos contactos. Por eso hoy en las maternidades los pediatras sacan de sus incubadoras a los bebés prematuros, un par de veces al día, para que sus padres los sostengan un ratito sobre su pecho.

Mejoran su inteligencia

Acariciar a tu bebé también resulta muy efectivo para estimular su inteligencia. Uno de los estudios más determinantes sobre este aspecto se llevó a cabo hace algunos años en el Líbano, en el orfanato de Creche. En este centro los niños estaban bien atendidos: seguían una dieta adecuada, dormían las horas que necesitaban, vestían bien... Sin embargo, como sólo había una cuidadora para cada 10 pequeños, apenas recibían estimulación: jamás les acariciaban, ni les cogían en brazos, ni les daban la manita. Y, curiosamente, presentaban importantes retrasos en su desarrollo cognitivo.

En comparación con otros niños de su edad que sí habían recibido muestras de afecto, tardaban mucho en aprender habilidades nuevas: ninguno se sentaba antes de cumplir el año (lo habitual es hacerlo sobre los ocho meses), no andaban hasta los cuatro años (la mayoría lo hacen entre los 12 y los 14 meses), hablaban poco y mal...

Otros estudios recientes sobre el sentido del tacto revelan que las personas que no son acariciadas de bebés, **acarrear carencias afectivas de por vida**. Incluso algunos especialistas aseguran que la depresión puede proceder de esa falta de contacto corporal afectivo en edades tempranas.

ARTÍCULO 2

La importancia de los abrazos y las caricias hacia los niños

Artículo extraído de la web: <http://padres.facilísimo.com>

El **cariño** es un aspecto fundamental en el desarrollo de un niño. Los **abrazos**, las **caricias** y los **besos** ayudan a crear un estado de **confianza** y seguridad en los pequeños. El **conflicto** surge al determinar hasta que punto debemos llevar ese cariño en determinados momentos como, por ejemplo, la hora de

dormir o de comer.



Así, mientras algunas teorías, como la del ['Método Estivill'](#), afirman que es necesario evitar coger al niño cada vez que llora, acudir a él de manera inmediata, etc. para no crear una **dependencia** del pequeño a los progenitores, otras como la del popular libro **'Bésame mucho'** defienden el uso del cariño para combatir situaciones complicadas: llamadas de atención, rabietas, problemas a la hora de dormir..

Lo cierto es que, independientemente al extremo que nos acerquemos o lo firmes que queramos ser ante determinadas situaciones, el hecho de que el pequeño sienta el cariño de sus progenitores en el **día a día** a través de un abrazo o una caricia es **fundamental**. Por tanto, aplicar un método u otro para casos como la hora de dormir, no te convierte en un padre más o menos cariñoso, pues eso se debe demostrar en el día a día.

Si queréis conocer la opinión de un experto sobre la necesidad de transmitir cariño, podéis echarle un vistazo a este vídeo de la psicóloga clínica **Amor Hernández**.